



37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit

Uwe Karstädt

 **Download**

 **Online Lesen**

37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit

Uwe Karstädt

 [Download 37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für ...pdf](#)

 [Read Online 37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur fü ...pdf](#)

37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit

Uwe Karstädt

37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit Uwe Karstädt

Downloaden und kostenlos lesen 37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit Uwe Karstädt

Heilpraktiker Uwe Karstädt entdeckt Untertemperaturen von 34,5° bis 36° bei 70 Prozent seiner Patienten mit chronischen Erkrankungen und kommt zu der Feststellung: »**Kalter Mensch - kranker Mensch.**«

37° ist die natürliche Betriebstemperatur für uns Menschen. Das Immunsystem, die Vitalität und der Stoffwechsel reduzieren sich bei Temperaturverlust um 50 bis 70 Prozent. Der Wärmeverlust macht sich oft durch kalte Hände und Füße bemerkbar, aber auch durch chronische Kälteerkrankungen: Depressionen, Burnout, Müdigkeit, Arthrose, Impotenz, Parkinson, MS, Demenz und viele weitere. Selbst Krebstumore wachsen bei 35° schneller. Eine optimale Wirkung von Präparaten und Therapien aus allen medizinischen Richtungen wird nur bei 37° erreicht.

Die unterschätzte Krankheitsursache: ein unterkühlter Körper

Allzu oft wird das tägliche Frieren als eine Unpässlichkeit abgetan. Dabei bedingt das »Mir ist kalt« eine Mangel durchblutung, eine schlechtere Versorgung der Zellen mit Nährstoffen und Sauerstoff sowie eine verminderte Entsäuerung und Entgiftung.

Chronische Unterkühlung ist oft selbstverschuldet. Medikamente unterdrücken die Wärmeregulation des Körpers, Genussgifte provozieren eine Gefäßverengung und blockieren die Energiezentren in den Zellen, kalte Nahrung und kalte Getränke senken die Körpertemperatur, Übergewicht und Bewegungsmangel schränken die Durchblutung ein, und Umweltgifte irritieren unsere Wärmeschaltzentralen, den Hypothalamus und die Schilddrüse, in ihren Funktionen.

Wie so oft ist die Wahrheit im Leben ganz einfach: Heizen Sie sich ein und werden Sie gesund!

Uwe Karstädt zeigt leicht nachvollziehbar und in aller Tiefe die Ursache der »Körperkälte« auf, aber auch bewährte, verständliche und leicht umsetzbare Methoden, die Kälte zu vertreiben, sodass Körper und Psyche zu kraftvoller Gesundheit zurückfinden. 37° stellt das erforderliche Fundament für jede Form von Therapie und Heilung dar.

Nur mit einer Körpertemperatur von 37° können sich Lebenskraft, Lebensfreude und damit Gesundheit entfalten!

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Jahrgang 1953, seit vielen Jahren Heilpraktiker und Ernährungsberater in München mit eigener Praxis. Neben der klassischen Naturheilkunde bietet er seit über 20 Jahren auch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) an. Im TCM-Bereich unterrichtet er in München und Zürich."

Download and Read Online 37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit Uwe Karstädt #I0LOYAZJC7X

Lesen Sie 37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt für online ebook
37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt Bücher online zu lesen.
Online 37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt ebook PDF herunterladen
37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt Doc
37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt Mobipocket
37°: Das Geheimnis der idealen Körpertemperatur für optimale Gesundheit von Uwe Karstädt EPub